Mėsos Kepalėliai

1½ svaro maltos jautienos mėsos,
1 kiaušinis,
½ puoduko "Quick-cooking oats" avižų košės,
¼ puoduko malto svogūno,
1½ šaukštelio druskos,
¼ šaukštelio pipirų,
2 dėžutės (8 uncijų) pamidorų padažo (sauce),
¼ puoduko marmalado,
1 šaukštelis Worcestershire padažo.

Mėsą, kiaušinį, avižas, svogūną, druską ir pipirus išminkyti, pridėti ½ puoduko pamidorų padažo. Išminkius padaryti 8 mažus pailgus kepalėlius, sudėti į negilų kepimo indą ir kepti prie 450 l. apie 15 minučių.

Į likusį pamidorų padažą sudėti marmaladą, Worcestershire padažą ir gerai išmaišyti. Iš kepimo indo nupilti riebalus ir užpilti pamidorų padažu, kepti dar 10—15 minučių.

Duoti į stalą su išvirtais plačiais makaronais, apšlakstytais sviestu.

Marinuoti viščiukai

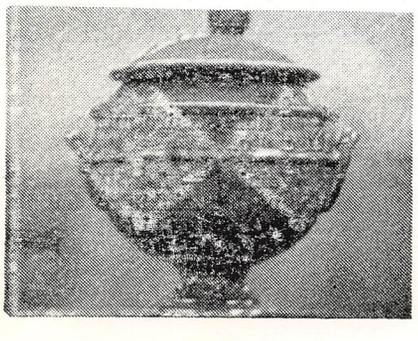
2 viščiukai supjaustyti gabaliukais, marinatas:
1 puodukas pamidorų košės "catsup",
½ puoduko vyninio acto,
1 puodukas rudojo cukraus,
1 puodukas vandens,
2 šaukšteliai česnako druskos "garlic salt",
1 šaukštelis oregano,
½ šaukštelio šviežiai malto pipiro,
1 šaukštelis Worcestershire padažo "sauce",
1 vidutinio dydžio svogūnas, smulkiai kapotas.

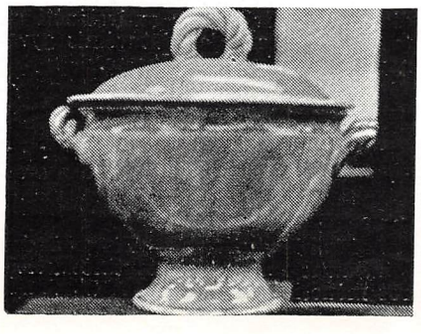
Padaryti marinatą viską sumaišant ir sudėti į jį viščiuko gabaliukus. Laikyti marinate nemažiau dviejų valandų, geriausia palikti per naktį. Kepti lauke ant "barbecue" anglių arba krosnyje, naudojant itk iš viršaus karštį — "broil". Duoti su virtais ryžiais.

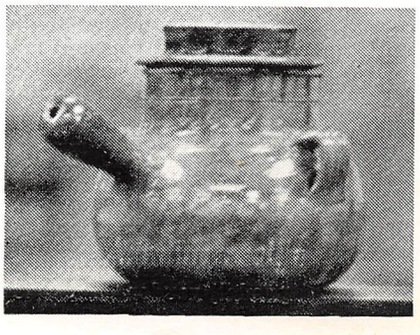
Šviežių žirniukų sriuba

1 poras (leek),
2 uncijos sviesto,
6 viršutiniai saloto lapai (smulkiai piaustyti),
1 svaras šviežių išlukštentų žirnių (gali būti ir šaldyti),
1 šaukštelis druskos,
½ šaukštelio cukraus,
3⅛ puoduko vandens,
papuošimui keletas virtų žirnių.

Porą nuplauti ir supjaustyti. Puode ant lengvos ugnies išleisti 1½ uncijos sviesto; sudėti porus, salotus, žirniukus, druską ir cukrų; uždengus pavirti apie 5 minutes; užpilti vandenį ir virti uždengus, kol žirniukai bus minkšti (10—15 minučių, priklauso nuo žirnių prinokimo). Keletą šaukštelių virtų žirniukų atskirti papuošimui, visą kitą pertrinti per sietą, turint blenderį padaryti purė, sudėti į puodą ir pakaitinti su likusiu sviestu. Duodant į stalą pridėti virtus žirniukus.







Dešreles pripildyti bulvine koše, pabarstyti paprika, uždėti po gabalėlį to ir kepti krosnyje apie 20 minučių.

Kiaušiniai svogūno padaže

1 uncija sviesto,
8 uncijos pjaustyto svogūno,
2 šaukštai kukurūzų miltų "corn flour"
1⅞ puoduko pieno,
druskos ir pipirų pagal skonį,
5 kietai virti kiaušiniai,
papuošimui apkepintos svogūno riekutės ar kapotos petruškos.

Išleisti sviestą ir pakepinti svogūnus, kol suminkštės, bet neparuduos; gerai išmaišyti kukurūzų miltus. Nuėmus nuo ugnies, lengvai maišant supilti pieną, gražinti vėl ant ugnies ir maišyti kol užvirs, pavirti apie 10 minučių. Pridėti prieskonius pagal skonį.

Kiaušinius supjaustyti pailgomis skiltelėmis, vieną paliekant papuošimui. Kitus sudėti į servavimo indą, užpilti padažu ir lengvai pamaišyti. Ant viršaus išdėstyti vieno kiaušinio supjaustytas skilteles ir apmėtyti apkeptomis petruškomis.

Šviežių Vaisių Saldusis

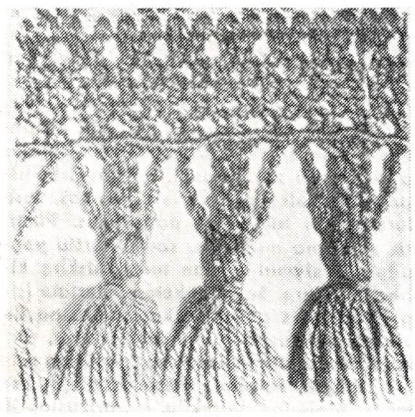
1 puodukas verdančio vandens,
½ puoduko cukraus,
1 šaukštelis citrinos sunkos,
2 vidutiniai raudoni obuoliai, nelupti tik pjaustyti,
2 bananai, supjaustyti,
2 persikai (peaches) nulupti ir supjaustyti,
1 kriaušė, nulupta ir supjaustyta,
1 puodukas vyšnių (išimti kauliukus),
2 apelsinai, nulupti ir skiltelėmis išskirstyti,
1 puodukas šviežių aviečių,
dėl geresnio skonio ir aromos,
¼-½ puoduko likerio,
plaktos grietinėlės,
marašino vyšnių,
vanilės ledų.

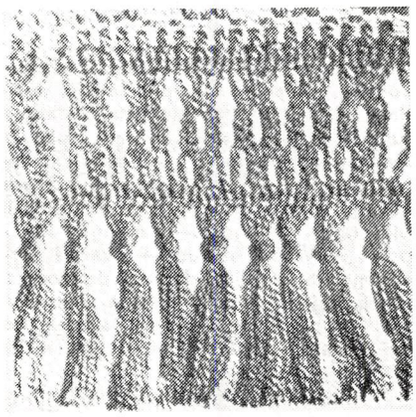
Į verdantį vandenį sudėti cukrų ir citrinos sunką, išmaišyti ir leisti atvėsti, tada sudėti visus paruoštus vaisius, likerį ir išmaišyti. Porą valandų palaikyti šaldytuve.

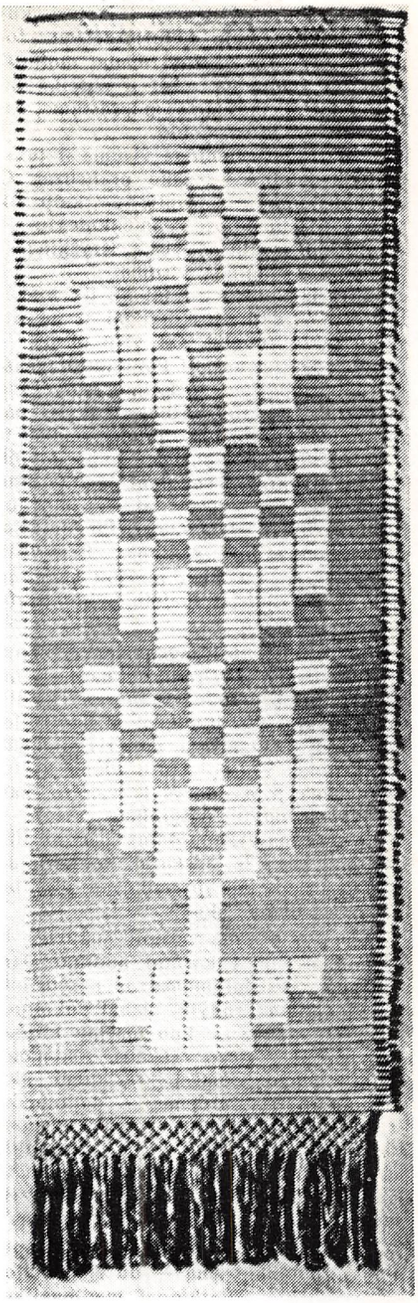
Duodant į stalą naudoti aukštus stiklus, įdėti po šaukštą vanilės ledų ant viršaus užpilti vaisius ir papuošimui uždėti po šaukštelį plaktos grietinėlės ir marašino vyšnią.

• Rankdarbiai

Senovinės pirštinės (Klaipėdos kraštas), sieninis kilimėlis, kutų pavyzdžiai.







• Laiškai

Būčiau dėkinga, jei į "Moterį" įdėtumėte diabetikams tinkamų tortų ir pyragaičių receptus. Ačiū.

Ona Seputa

(Red.)

Pyragaičiai: 3 trynius išplakti iki putų, sudėti 2 uncijas migdolų miltelių, pusės citrinos tarkuotą žievelę, saldomą medžiagą (sachariną ar kitą — pagal skonį), 2 išplaktus baltymus ir viską sumaišyti. Kepimo formą ištepti sviestu, paruoštą tešlą dėti mažais kupsteliais ir kepti lengvoje temperatūroje. Iškepus pyragaičius sudėti po du, vidų pripildyti plakta grietinėle.

Kavinis tortas: 4 trynius plakti, kol sutirštės, įdėti vieną šaukštą kavos miltelių (instant), išplakti baltymus ir viską lengvai sumaišyti. Kepimo formą patepti sviestu, iškepti du apskritimus, lengvoje temperatūroje. Vidų ir viršų ištepti kremu ir papuošti riešutais. **Kremas:** 1 puodelį vandens, 1 puodelį grietinėlės, pusę vanilės lazdelės (ar ekstrakto), saldomosios medžiagos (pagal skonį) sumaišyti su dviem tryniais ir užvirinti. 3 uncijas (oz.) sviesto gerai išplakti, pridėti 1 unciją smulkiai kapotų ar tarkuotų riešutų ir sumaišyti su atšaldytu kremu.

Lidija Pocius, gyv. 42 Leabrook Drive Rostrevor, Sth. Australia 5073; yra dietetininkė ir norėtų susirašinėti su tos pačios profesijos lietuvėmis gyvenančiomis kituose kraštuose.

• Atsiųsta paminėti

Laiškai Lietuviams — Tėvų Jėzuitų leidžiamas religinės ir tautinės kultūros mėnesinis žurnalas.

Redaktorius — Juozas Vaišnys, S. J. Redakcijos nariai: Dalia Aleknienė, Danutė Bindokienė, Algirdas Grigaitis, Eglė Juodvalkytė, Vytautas Kasniūnas, Virgilijus Kaulius, S.J., Algimantas Kezys, S.J., Marija Smilgaitė, Nijolė Užubalienė

Administracija: Petras Kleinotas, S. J. ir Dana Kurauskienė.

Adresas: 2345 W. 56th Street, Chicago, Illinois 60636. Telefonas — 737-8400. Spaustuvė — Immaculata Press, Putnam, Conn. 06260. Metinė prenumerata — 5 dol., atskiro numerio kaina — 50 centų.

Kalnų Velnias — Agnė Lukšytė; iliustruotas novelių rinkinys; dailininkas — Vaclovas Ratas; 172 pusl.; kaina — 5 dol. 50 c.; tiražas — 1000 egz.; leidėjas — H. Meiliūnas, Box 1653, G. P.O. Sydney, N. S. W., Australia.